

6 下ごしらえ

(1) 野菜、果物の洗浄方法 (「衛生管理&調理技術マニュアル」平成23年3月文部科学省スポーツ青少年局学校健康教育課に準ずる。)

★ 食品は、十分洗浄することとし、必要以上に浸し漬けないようにする。

		1槽		2槽		3槽	
白菜 きゃべつ レタス	外側の葉を剥がす 1/4~1/6に切って芯をとる	葉をバラバラにして洗う		葉をバラバラにして洗う		葉をバラバラにして洗う	
* 大きさ等の状況により、切り方を変えて作業をする。 * 中に虫等が多いので念入りに洗浄をする。							
ほうれん草 こまつな チンゲン菜	根を切りバラバラにする	土を落としながら洗う	よく水気を切って次の水槽へ	ふり洗い	よく水気を切って次の水槽へ	ふり洗い	
根深ねぎ	根を切る 葉先を切る 葉の分かれ目を切る	丸のまま水洗い		葉先・葉の分かれ目の土をよく落としながら洗う		土が落ちたか確認しながら洗う	
葉ねぎ にら	根を切る	束をほどいて入れて、ばらばらにして洗う	よく水気を切って次の水槽へ	ふり洗い	よく水気を切って次の水槽へ	ふり洗い	
れんこん ごぼう		泥を落とす	皮を剥く	水洗い		水洗い	あくがとれるまで水にさらす
じゃがいも	ピーラーにかける	水洗い	芽をとる皮を剥く	水洗い		水洗い	切る水にさらす
里芋 さつまいも		泥を落とす	芽をとる皮を剥く	水洗い		水洗い	切る水にさらす
トマト		スポンジで1つ1つ洗う		水洗い		水洗い	
胡瓜		丸のまま水洗い		野菜専用クロスでこすり洗い		水洗い	
にんじん 大根 かぶ	皮を剥き上下を落とす	丸のまま水洗い		水洗い		水洗い	
たまねぎ	芯をとる	水洗い		水洗い		水洗い	
パセリ		丸のままふり洗い	軸をとり葉だけにする	ふり洗い		ふり洗い	★ゆでて水切りして使用する
もやし		傷み、種を取り除きながら洗う	よく水を切って次の水槽へ	ふり洗い	よく水を切って次の水槽へ	ふり洗い	★水切りして使用する

カリフラワー ブロッコリー	一口大に切る 小虫、傷みに注意して	水洗い	水洗い	水洗い
アスパラガス	下の硬い部分を切る	水洗い	水洗い	水洗い
南 瓜		4つ割りにしてタネを取り洗浄	水洗い	水洗い
いんげん		水洗い	よく水を切って次の水槽へ	よく水を切って次の水槽へ
くきのこ類 えのきだけ しめじ まいたけ エリンギ	軸を切り落とす	バラバラにしてから、水を入れて洗う	水洗い	水洗い
干しいたけ		ゴミを取りながら水洗い	食缶などに入れて戻す	ゴミを取りながら水洗い
(処理方法) 1 半分にちぎる等して裏のひだや軸に虫がいないか確認 2 1枚1枚丁寧に確認し、特に虫くいの穴には注意をする 3 包丁で切る時は、ひだの面を上にして見ながら切る 4 つけ汁は廃棄する				
たけのこ水煮 缶		丸のまま水洗い	周りをこそぎ落として半分に切る	中までよく洗う
				中までよく洗う
				切る ゆでる又は 水にさらす
※ 切った後、水洗いし、ゆでてから洗う。				
こんにゃく		水洗い	水洗い	水洗い
				切る ゆでる
ぶどう房つき 皮ごと食べる 果物 (いちご等)		ゴミ、汚れを取りながら水洗い	傷みを取り除き水洗い	水洗い

柑橘類  
梨・柿  
りんご  
キウイフルーツ  
すいか  
プラム

くだもの専用クロスでこすり洗い

水洗い

水洗い

パイナップル  
メロン

くだもの専用クロスでこすり洗い

水洗い

水洗い

バナナ

ラベルをはがし1本ずつくだもの専用クロスでこすり洗い

水洗い

水洗い

〈冷凍野菜〉  
バラ凍結の野菜

使用当日まで冷凍保管し、袋から容器に移し替える

異物混入していないかを確認しながら流水洗浄

加熱処理をして使用する

\* 1槽目は下処理室で行う

葉物  
ブロック凍結

ビニール袋ごと冷蔵庫内で前日から解凍するか、当日ビニール袋ごと流水解凍する

ある程度ほぐれたら、包装を取り除き容器にあげ、異物混入がないかを確認する

水洗い

加熱処理をする  
加熱前に裁断し過熱後には裁断しない

りんご・梨の取扱方法

使用する機械・器具は全てアルコール消毒を行うこと。  
1回にタライに入れる個数は20個とする。  
濃度0.5%～1%の塩水にて浸漬。(水10ℓに塩50g～100g)  
フルーツ用のエプロン・マスク・ロング手袋を着用する。

- \* 必ずザルに上げて水気をきるようにする。
- \* 非加熱食品用シンクのオーバーフロー部分を塩素消毒し、アルコール消毒をする(3槽目の取扱い)  
非加熱用(くだもの)の3槽目シンクには専用のタライを用意し、十分に洗える量ずつ入れて流水洗浄する。
- \* 加熱または消毒せずに生食する場合は、使用水の残留塩素を測定し、様式5(第8票)に記録する。

- ★ 外部から納入される物品は、目に見えない土壌菌、大腸菌等が付着しているおそれがあるので、下処理室で汚れを落とす。
- ★ 野菜は汚染度の低いものから洗浄する。(調理場における洗浄・消毒マニュアルPart I (H21.3文科省スポーツ青少年局学校健康教育課P16参照))

◎ シンクで直接、流水洗浄する場合(タライに入りきれない時のみ)

\* 消毒(塩素濃度100ppm)後、使用すること  
シンクのオーバーフロー部分に塩素噴霧⇒10分間放置後、流水洗浄  
↓ 3槽目  
果物を入れて流水洗浄